

# マイ・タイムラインシート



作成年月日 月 日

家

避難先①

避難先の種類	避難先の名称		
避難方法	所要時間	備考	

避難先②

避難先の種類	避難先の名称		
避難方法	所要時間	備考	

おおまかな時系列	行動のタイミング	取るべき行動			
日頃から備えておく <b>前日までに</b> 行っておくこと	↑ 雨風が強くなる前に 行うべき事項をすませておく時期				
当日の早い時間帯、余裕のあるうちに <b>雨風が強くなる前に</b> 行っておくこと	↑ 水位等の状況を把握しつつ 避難行動を開始する時期				
避難するために準備しておかなければならないこと <b>避難する前に</b> 行うこと	↑ 身の安全を確保すべき時期				
避難時に行うべきこと <b>避難行動</b>		<input type="checkbox"/> 避難行動を開始			
		担当 家族全員			
<b>命を守る行動</b>	↓ 災害の発生				

もし、マイ・タイムラインどおりに実行できなくても…

## 浸水・洪水から命を守る行動を!

- 2階まで浸水しそうな場合は **ためらわず 最寄りの高所へ避難**
- 外へ出る方が危険な場合は **在宅避難も有効**
- 1階が浸水しはじめたら **2階や屋上へ避難**



## 避難のタイミングの参考にしたい情報

「お気に入り登録」しておく便利です!

災害全般について  
気象庁  
ホームページ



今後の雨が気になるとき  
雨雲の動き  
高解像度降水ナウキャスト



土砂災害が気になるとき  
土砂災害  
危険度分布



川の水位が気になるとき  
川の防災情報



洪水が気になるとき  
洪水キキクル  
(危険度分布)



浸水害が気になるとき  
浸水キキクル  
(危険度分布)

